Нина Борисова

Рождественский стол

самые вкусные угощения

Готовые меню обедов
Калорийность всех блюд
Подробные пошаговые инструкции
Полезные советы
Время и степень сложности приготовления

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

В этом альбоме собраны рецепты рождественских угощений. Для удобства представлены готовые меню праздничного обеда, чтобы можно было выбрать понравившийся вариант или скомбинировать блюда из разных меню по своему вкусу. Для всех рецептов указаны время приготовления и уровень сложности, а также калорийность готового блюда. Подробные пошаговые инструкции и полезные советы помогут любой хозяйке приготовить самые вкусные угощения и получить удовольствие от праздничных хлопот.

- Нина Борисова
  -
  - Предисловие
  - Обед с мясом
    - Инжир с пармскои ветчиной, козьим сыром и гречишным медом
    - Сборная мясная солянка
    - Седло барашка с глазированной морковью и кумкватом
    - Панеттоне
  - Обед с птицей
    -
    - Паштет из куриной печенки с яблоком и мускатным орехом
    - Суп из цыпленка с зеленым горошком и перепелиным яйцом
    - Медальоны из индейки с горошком и тыквой
    - Штоллен
  - Обед с овощами
    - Салат капрезе с зеленым маслом
    - Тыквенный суп с песто из петрушки
    - Шашлычки из запеченных овощей с кускусом и йогуртовым соусом
    - Капкейки «тирамису»
  - Обед с рыбой
    -
    - Карпаччо из тунца
    - Суп с креветками и гречневой лапшой
    - Стейк из форели со спаржей и голландским соусом
    - Торт «полено»

Нина Борисова
Рождественский стол. Самые вкусные угощения

Обед с мясом

Обед с птицей

Обед с овощами

Обед с рыбой

Предисловие

Рождество Христово – долгожданный и светлый праздник, который наступает после длительного сорокадневного поста. Для тех, кто соблюдал пост, накрыть рождественский стол не всегда оказывается простой задачей. Ведь в этот день хочется не просто получить удовольствие от вкусной еды, а в первую очередь разделить духовную радость с близкими, собравшимися вместе. И к тому же праздничный обед не должен «нанести удар» по организму, привыкшему к постной пище.

Конечно, трудно представить себе на рождественском столе только салат из фенхеля и пучок рукколы. И конечно же, всем хочется, чтобы в праздник было много всевозможных яств, вин и крепкого алкоголя.

Как же отыскать такую «золотую середину», чтобы не превратить празднование Рождества в обычное застолье, но при этом порадовать своих родных и друзей вкусными угощениями? Ответ на этот вопрос вы найдете в нашем кулинарном альбоме.

Мы подобрали для вас четыре варианта рождественского меню: из мяса, птицы, овощей и рыбы. В каждом их них представлено по четыре блюда: салат или закуска, суп, основное горячее и десерт. Главным правилом в выборе рецептов для каждого обеда было чередование более «тяжелых» блюд с более «легкими». Например, если меню открывает достаточно «плотный» салат, в составе которого есть картофель, крупа или макаронные изделия, то следующее блюдо будет «легким». И наоборот, малокалорийную овощную закуску продолжит добротная солянка или медальоны из индейки.

Старайтесь использовать легко усваиваемые продукты, рекомендованные в рецептах: оливковое масло первого холодного отжима «экстра вирджин», нежирные сорта мяса. Включайте в меню овощи. Не забывайте и о возможности щадящих способов обработки продуктов – запекании или варке на пару.

Вам не обязательно готовить один из предложенных обедов целиком, комбинируйте рецепты по своему усмотрению. Например, инжир с пармской ветчиной из раздела «Обед с мясом» вполне может предшествовать тыквенному супу с «овощной» странички, а стейк из форели следовать после куриного супа с горошком. Ориентируйтесь на свои возможности, вкусовые предпочтения, проявляйте фантазию и готовьте с любовью!

С праздником! Счастливого Рождества!

Условные обозначения

4 порции

количество порций

30 минут

время приготовления

низкая сложность

сложность

250 ккал на порцию

калорийность

Обед с мясом

Инжир с пармскои ветчиной, козьим сыром и гречишным медом

Приготовить эту изящную и очень эффектную закуску не составит большого труда, а все ингредиенты, входящие в ее состав, по-своему уникальны. Первый из них, инжир (по-другому «смоква» или «винная ягода») – плод одного из древнейших культурных растений, упоминание о котором встречается еще в Библии: именно фиговым листом – листом инжирного дерева – Адам и Ева прикрывали свою наготу. Следующий ингредиент – козий сыр. Этот эксклюзивный продукт, приготовленный из непастеризованного козьего молока, обладает широкой вкусовой гаммой, со свежим фруктовым акцентом у молодого сыра и острым акцентом с ореховым послевкусием – у выдержанного. Пармская ветчина – известный итальянский «специалитет» с нежным розовым цветом и хрупкой структурой. И наконец, еще один важный ингредиент – гречишный мед, который имеет насыщенный цвет, яркий аромат и горьковатый вкус. Все вместе эти продукты создадут неповторимый вкус вашего праздничного блюда.

Способ приготовления

1. Инжир вымыть и обсушить. Сделать надрезы, разрезая каждый плод на четвертинки, но не до конца. Взбить вилкой оливковое масло с бальзамическим уксусом и полить инжир.

2. В середину каждого плода положить по 1–2 ч. л. козьего сыра и свернутый ломтик ветчины, полить медом, посыпать листочками тимьяна и приправить черным перцем.

Состав

– 4 крупных плода инжира
– 100 г мягкого козьего сыра
– 4 ломтика пармской ветчины
– 2 ст. л. жидкого гречишного меда
– 2 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
– 1 ч. л. светлого бальзамического уксуса
– Несколько веточек свежего тимьяна
– Свежемолотый черный перец

Совет

Вместо пармской ветчины можно использовать тонкие

ломтики испанского хамона. Поскольку у него очень насыщенный вкус, с ним хорошо будут сочетаться наиболее нежные сорта козьего сыра, например «Буш де шевр».

4 порции | 20 минут | низкая сложность | 167 ккал на порцию

Сборная мясная солянка

Мясная солянка – это классическое блюдо русской купеческой кухни, густой, сытный и ароматный суп с богатым вкусом и большим количеством ингредиентов. Собравшись приготовить солянку, запаситесь самыми разнообразными мясными продуктами: охотничьими колбасками, сосисками, беконом, ветчиной, отварным языком, запеченным мясом, курицей или индейкой. Неотъемлемыми компонентами супа являются маслины и соленые огурцы, а также каперсы. Если вы используете каперсы в соли, тщательно смойте соль холодной водой, маринованные же каперсы готовы к употреблению без дополнительных манипуляций. Маслины предпочтительно брать с косточками, лучше всего сорта каламата. Удивительно, но каким бы экспериментам вы ни подвергли этот суп, какие вариации на тему мясных блюд вы бы ни исполнили, при соблюдении основных пунктов рецепта солянка приобретет в результате свой характерный, узнаваемый вкус, любимый каждым знатоком русской кухни.

Способ приготовления

1. Вымыть мясо холодной водой, положить в кастрюлю, влить 2,5 л питьевой воды. Довести до кипения на сильном огне, уменьшить нагрев и тщательно снять пену. Положить в кастрюлю морковь и луковицу, посолить и варить 30 минут. Добавить лавровый лист, перец и стебли петрушки и готовить еще 50 минут. Вынуть мясо, бульон процедить через сито, овощи выбросить.

2. Нарезать луковицу мелкими кубиками и тушить на сливочном масле до прозрачности. Добавить нарезанные кружками охотничьи колбаски и сосиски и готовить 5–7 минут. Положить в сковородку томатное пюре и тушить на среднем огне еще 5 минут, после чего переместить в кастрюлю с бульоном.

3. Довести бульон до кипения, добавить нарезанные соломкой мясные продукты, соленые огурцы, каперсы и маслины. Мелко нарезать отварное мясо и добавить в солянку. Варить на маленьком огне под крышкой 15 минут, после чего дать настояться на краю плиты в течение 30 минут.

4. Разлить суп по тарелкам, в каждую положить ломтик лимона, мелко нарезанные зеленый лук, петрушку и укроп. Отдельно подать густую сметану.

Состав

Для бульона
– 1 кг говядины с косточкой
– 2,5–3 л питьевой воды
– 1 большая луковица
– 1 морковь
– 1 корень петрушки
– 1/2 корня пастернака
– 5–6 горошин черного перца
– 1 лавровый лист
– Соль по вкусу

Для заправки
– 50 г сливочного масла
– 1 луковица
– 2–3 охотничьи колбаски
– 2–3 сосиски
– 3–4 ст. л. томатного пюре
– 100 г маслин
– 2 соленых огурца
– 2 ст. л. каперсов

Для подачи
– 1 лимон
– Сметана
– Зеленый лук, укроп, петрушка

Совет

Готовить солянку принято только с солеными огурцами: маринованные не придадут блюду желаемый вкус. Для того чтобы подкислить суп, можно влить в уже готовый бульон небольшое количество огуречного рассола. Сделать это нужно перед тем, как вы будете добавлять в суп мясные ингредиенты.

Седло барашка с глазированной морковью и кумкватом

Седло барашка – это спинная часть молодого ягненка. Попросите мясника на рынке или в магазине сразу нарубить мясо на порционные куски, либо запеките седло барашка целиком и разделите на части уже готовое. В этом случае маринуйте мясо не менее 4 часов и запекайте в течение 45–60 минут на противне, накрыв фольгой. Сняв фольгу, доведите до готовности в режиме гриль. Кумкват, присутствующий в гарнире, придаст мясу тонкий цитрусовый аромат и кисловатый вкус, а горький розмарин с лимонно-сосновым ароматом – пряный вкус и немного остроты.

Способ приготовления

1. Мясо вымыть, обсушить бумажными полотенцами, разрезать на порционные куски. Срезать лишний жир, оставив слой толщиной 5 мм. Смешать кефир с мелко нарезанной кинзой, пропущенным через пресс чесноком, солью и перцем. Полученным маринадом залить мясо, накрыть и убрать минимум на 2 часа в холодильник. За 30 минут до начала приготовления вынуть мясо из холодильника, чтобы оно нагрелось до комнатной температуры и промокнуть каждый кусочек салфеткой.

2. Разогреть в большой сковородке с толстым дном 3 ст. л. оливкового масла и быстро обжарить баранину с двух сторон до золотистого цвета. Переложить на противень и довести до готовности в разогретой до 180 °C духовке. Достать мясо из духовки, накрыть фольгой и оставить на краю плиты на 10 минут.

3. Нарезать морковь кружками толщиной 3–5 мм и опустить на 2 минуты в кипящую воду. Отбросить на дуршлаг и обсушить. Лук нарезать кольцами. Кумкват вымыть и нарезать кружками. Разогреть в большой сковородке оставшееся оливковое масло, добавить сливочное и потушить морковь на среднем огне до мягкости. Добавить в сковородку кумкват, лук и арахис, подсолить, приправить сахаром и перцем, добавить веточку розмарина и обжарить до золотистого цвета.

4. Разложить по тарелкам гарнир и баранину, украсить розмарином и немедленно подавать на стол.

Состав

– 0,8–1 кг баранины (поясничная часть)
– 4 средних моркови
– 6 кумкватов

– 2 луковицы шалота
– 70 г арахиса
– 3 плюс 3 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
– 30 г сливочного масла
– 2 зубчика чеснока
– 200 мл нежирного кефира
– Небольшой пучок кинзы
– Несколько веточек розмарина
– $^1/_2$ ч. л. коричневого сахара
– Соль и перец по вкусу

Совет

Как правило, баранину готовят средней степени прожарки – medium. Если мясо нарезано ломтями толщиной 2,5–3 см, то для такой степени прожарки потребуется запекать мясо в духовке 12–13 минут. Если же вы хотите сильнее прожарить мясо, запекайте 15–17 минут.

Панеттоне

Панеттоне – это кекс, который издавна пекут на Рождество в Италии. Сейчас сложно установить, кем и когда был составлен оригинальный рецепт, но интересно, что рождественский панеттоне очень похож на русский пасхальный кулич. Сходство присутствует и в технологии приготовления, и в рецептуре, и во вкусе, и даже во внешнем виде, с тем лишь отличием, что куличи покрывают белоснежной глазурью, напоминающей снежные вершины гор, а верхушка панеттоне украшена крестом, символизирующим сакральный смысл выпечки. Крест делают так: после того, как тесто окончательно поднимется, на его поверхности при помощи очень острого ножа наносят надрезы, в которые кладут сливочное масло. Под воздействием температуры в печи на корочке панеттоне и образуется четко выраженный крест. Хочется думать, что повара-кондитеры прошлых веков, независимо друг от друга, находясь в разных странах, по вдохновению создали эту великолепную сдобную выпечку в честь великих христианских праздников.

Способ приготовления

1. Растопить сливочное масло и охладить до комнатной температуры. Налить в миску подогретое до 30 °С молоко, добавить дрожжи, соль и сахар, перемешать и оставить на 15 минут.

2. Насыпать в миску просеянную муку, влить сливочное масло и добавить желтки (белок отложить для смазывания верха панеттоне). Начать вымешивать тесто. Добавить лимонную цедру, цукаты, сухофрукты и изюм и вымешивать, пока тесто не начнет свободно отставать от рук и не станет шелковистым на ощупь.

3. Скатать тесто в шар, вернуть в миску, накрыть пленкой и оставить в тепле для подъема примерно на 1 час, после чего обмять тесто. Цилиндрическую высокую форму смазать сливочным маслом и положить в нее тесто (не более чем на $^2/_3$ высоты формы). Накрыть пленкой и оставить для подъема еще на 2 часа.

4. Смазать верх панеттоне взбитым с 1 ст. л. воды белком. Острым ножом сделать крестообразный надрез, положить в центр кусочек сливочного масла и поставить в разогретую до 190 °С духовку. Выпекать 45 минут. Если верх панеттоне слишком быстро начнет зарумяниваться, накройте форму фольгой. Аккуратно проверьте готовность тонкой деревянной спицей: проколите панеттоне в центре, и если кекс готов, спица останется

сухой и чистой.

5. Достать кекс из духовки, оставить на 10–15 минут, после чего аккуратно вынуть из формы и переложить на деревянную доску.

Состав

– Около 150 г смеси цукатов и сухофруктов (вяленой клюквы, сушеной вишни, мелко нарезанной кураги, цукатов из апельсинов и лимонов)
– 1 ч. л. лимонной цедры
– $^1/_2$ ч. л. соли
– 800 г муки
– 300 мл молока
– 1 пакетик (11 г) сухих дрожжей
– 180 плюс 50 г сливочного масла
– 1 яйцо плюс 4 желтка
– 250 г сахара
– 100 г темного изюма

Совет

Перед замешиванием теста рекомендуется просеять муку – таким образом она насытится кислородом и тесто приобретает воздушность. Выпекать панеттоне лучше за сутки до праздника, тогда вкус сдобы станет еще лучше.

Обед с птицей

Паштет из куриной печенки с яблоком и мускатным орехом

Эта холодная закуска с тонким изысканным вкусом может стать и праздничным блюдом, и отличным завтраком в будние дни, ведь она очень быстро готовится. О давней популярности паштета говорит то, что разнообразные рецепты этого блюда встречаются еще со времен Средневековья в кулинарных книгах по всему миру. Правда, не всегда в привычном для нас виде. Например, в пушкинской России паштет готовили под хрустящей корочкой из теста и называли «страсбургским пирогом», а в Великобритании одним из компонентов фарша был копченый угорь, что делало блюдо достаточно дорогим, и готовый паштет даже считался достойным подарком родственникам на Рождество. В приведенном рецепте главная составляющая фарша – куриная печенка, но не менее интересный результат может получиться и с говяжьей печенью, особенно если добавить дополнительные вкусовые акценты: грецкие орехи, фисташки, грибы, мелко нарубленные яйца или небольшие ломтики сыровяленого бекона.

Способ приготовления

1. Куриную печенку вымыть, обсушить бумажными полотенцами, удалить жир и крупно нарезать. Белый хлеб наломать на кусочки и залить молоком. Лук и чеснок мелко нарезать. Яблоко вымыть, разрезать на четыре части, удалить семена. Каждую часть нарезать тонкими ломтиками.

2. В глубокой сковородке с толстым дном разогреть оливковое масло. Добавить 50 г сливочного масла и потушить на маленьком огне лук и чеснок в течение 2 минут. Положить в сковородку печенку, посолить, приправить перцем и мускатным орехом и готовить, часто помешивая, на сильном огне в течение 4 минут. Добавить сметану, уменьшить нагрев до минимального и томить печенку под крышкой еще 3 минуты. Соединить печенку, виски и замоченный хлеб и измельчить блендером.

3. Жаропрочную форму смазать сливочным маслом. Выложить в форму паштет, разровнять лопаткой. Сверху разложить в виде «черепицы» ломтики яблок и нарезанное хлопьями сливочное масло. Слегка приправить мускатным орехом и поставить в разогретую до 200 °С духовку на 20 минут. Готовый паштет охладить прямо в форме, накрыть пищевой пленкой и убрать в холодильник на 2–4 часа. Подавать на стол в форме или на деревянной доске, нарезав на толстые ломти.

Состав

– 600 г куриной печенки
– 1 большое яблоко
– 2 луковицы шалота
– 2 зубчика чеснока
– 50 мл виски
– 100 г сметаны
– 2 ломтика белого хлеба
– 50 мл молока
– 1/4 ч. л. молотого мускатного ореха
– 50 плюс 50 г сливочного масла
– 2 ст. л. оливкового масла
– Морская соль и крупномолотый перец по вкусу

Для украшения

– Клюква
– Веточка эстрагона

Совет

Огромным достоинством паштетов является то, что их компоненты можно заменять на другие продукты. Возьмите вместо виски другой алкогольный напиток: коньяк или кальвадос придадут блюду тонкий аромат, портвейн или херес – слегка сладковатый вкус, отлично сочетающийся с яблоком, а сухое вино или шампанское – нежность и воздушность. Вместо куриной можно использовать печенку индейки или утки, а вместо мускатного ореха – сушеный тимьян или орегано.

Суп из цыпленка с зеленым горошком и перепелиным яйцом

Прозрачный и ароматный куриный суп – легкое диетическое блюдо, которое пробуждает аппетит с первой же ложки. В этом простом, но очень эстетичном, сбалансированном и полезном супе есть важный кулинарный нюанс – выгодное сочетание разных вкусовых «текстур», в данном случае нежного горошка и хрустящих крутонов, остроту которым придает тончайшая корочка из пармезана.

Способ приготовления

1. Цыпленка вымыть, положить в кастрюлю и залить 2,5 л холодной питьевой воды. На сильном огне довести под крышкой до кипения и уменьшить нагрев до минимального. Тщательно снять пену. На сухой сковородке подпечь разрезанную пополам морковь и белую часть лука-порея. Положить в кастрюлю, добавить сельдерей и корень петрушки. Посолить и продолжать готовить под крышкой в течение 1 часа. Вынуть из кастрюли цыпленка, слегка охладить и разобрать на небольшие кусочки, отложить. Бульон процедить через частое сито в другую кастрюлю.

2. Варить перепелиные яйца в течение 2–3 минут с момента закипания. Слить кипяток, залить холодной водой и оставить до полного охлаждения, после чего очистить яйца от скорлупы и разрезать на половинки.

3. Растопить на сковородке 50 г сливочного масла. Положить горошек, нарезанную мелкими кубиками морковь и тушить в течение 5–7 минут на маленьком огне, аккуратно перемешивая. Добавить овощи и кусочки цыпленка в подогретый бульон, довести до кипения и снять с огня.

4. Нарезать багет на небольшие кубики и подсушить на сковородке с растопленным сливочным маслом. Посыпать тертым пармезаном и продолжать готовить, встряхивая сковородку, еще 1 минуту.

5. Разлить суп по тарелкам, в каждую положить по 2 половинки яйца, отдельно подать крутоны.

Состав

– Небольшой цыпленок (примерно 600–800 г)
– 1 морковь
– 1 небольшой стебель лука-порея (белая часть плюс 2–3

зеленых листа)

– 2–3 черешка сельдерея
– 1 корень петрушки

Для заправки супа

– 200 г замороженного зеленого горошка
– 1 морковь
– 50 плюс 30 г сливочного масла
– По 1–2 перепелиных яйца на порцию
– По 1 ломтику багета на порцию
– 30 г тертого пармезана
– Соль по вкусу

Совет

Для того чтобы сварить действительно хороший бульон, нужно, во-первых, не доводить его до сильного кипения: в кастрюле должен установиться полный «штиль», так чтобы бульон не варился, а, скорее, томился. И, во-вторых, постарайтесь приложить максимум усилий к тому, чтобы в кастрюле не осталось пены и бульон был полностью прозрачным.

Медальоны из индейки с горошком и тыквой

Медальоны – достаточно простое в приготовлении блюдо, которое появилось во Франции. Для медальонов подходит любой вид мяса или филе птицы. Необычное название блюдо получило из-за своей формы – круглой или овальной. После того как филе нарезают ломтиками толщиной 1,5 сантиметра и слегка отбивают плоской стороной кухонного молотка, им придают округлую форму и быстро обжаривают до легкой золотистой корочки. Главная задача для повара – поддержать верную ассоциацию с названием. Как и для ювелиров, для кулинаров медальон – это настоящее украшение и поэтому требует достойного и красивого гарнира, такого, например, как яркие по цвету и вкусу молодые стручки горошка и слегка промаринованные ломтики тыквы. Подавайте медальоны с листовыми салатами, хрустящим белым хлебом и, конечно, с подходящим вином: сухим белым или розовым, а можно и с игристым.

Способ приготовления

1. Филе индейки нарезать порционными кусками, слегка отбить и придать овальную форму. Сбрызнуть лимонным соком, приправить перцем и смазать оливковым маслом. Положить в миску и оставить на 20 минут.

2. Мякоть тыквы нарезать ломтиками. Смешать 2 ст. л. оливкового масла, 1 ч. л. лимонного сока, кленовый сироп, соль и перец. В полученный маринад положить тыкву и оставить на 20 минут. Горошек всыпать в кипящую подсоленную воду, добавить сахар и бланшировать 2 минуты от момента закипания. Отбросить на дуршлаг, обдать холодной водой и обсушить.

3. Разогреть в большой сковородке оливковое масло, добавить сливочное. Жарить медальоны на сильном огне 3 минуты, убавить нагрев и перевернуть на другую сторону. Продолжать готовить еще 3–5 минут. Снять с огня и сохранять в тепле, например, в разогретой до 80 °C духовке или, накрыв фольгой, на краю теплой плиты.

4. Тыкву выложить в сковородку, где жарились медальоны, добавить нарезанный ломтиками чеснок и готовить 3 минуты. Затем добавить горошек и обжарить на небольшом огне в течение 3–4 минут, аккуратно перемешивая. Разложить по тарелкам овощной гарнир и медальоны по 2 штуки на порцию.

Состав

– 400–600 г филе индейки
– 250 г стручков зеленого горошка
– 200 г мякоти тыквы
– 1 лимон
– 50 плюс 50 г сливочного масла
– 3 ст. л. оливкового масла
– $^1/_2$ ч. л. сахара
– $^1/_2$ ч. л. кленового сиропа
– Соль и перец по вкусу

Совет

Если вы не сможете найти стручки молодого горошка, ни в коем случае не заменяйте их консервированным горошком. Лучше используйте замороженную зеленую стручковую фасоль. Постарайтесь не переусердствовать с термообработкой, иначе яркий цвет продукта будет безвозвратно утерян.

Штоллен

Задолго до Рождества в Германии и Австрии начинают выпекать знаменитые штоллены, или Christstollen, – ароматные, густо «заснеженные» сахарной пудрой, пряные кексы из дрожжевого теста с изюмом и цукатами. История существования одного из самых знаменитых в мире кондитерских изделий насчитывает более пятисот лет, а рецепт приготовления, передаваясь из поколения в поколение, со временем меняется лишь в деталях, сохраняя неизменными основные пропорции: на каждый килограмм муки – по 300 г масла и цукатов. Именно благодаря большому количеству сливочного масла штоллены прекрасно хранятся на холоде по целому месяцу. Кекс, выпеченный по приведенному в книге рецепту, готов к употреблению в тот же день, но если вы приготовите его заранее, завернете в фольгу и пищевую пленку и выдержите в холодильнике 2–4 дня, вкус его значительно обогатится и раскроется в полной мере.

Способ приготовления

1. Изюм и цукаты залить ромом и оставить на 1–3 часа. Нагреть молоко до 37–40 °С, насыпать в него дрожжи, добавить 2–3 ст. л. муки и 1 ст. л. сахара, размешать и оставить на 15 минут.

2. Растопить 400 г сливочного масла, остудить до комнатной температуры. Добавить в тесто оставшийся сахар, соль и пряности, влить подготовленное масло, насыпать муку и начать вымешивать тесто. Добавить орехи и замоченные изюм и цукаты вместе с ромом. Продолжать вымешивать тесто в течение 10–15 минут. Скатать тесто в шар, положить в кастрюлю, накрыть пищевой пленкой и оставить в тепле для подъема на 1–1,5 часа.

3. Подошедшее тесто выложить на стол, слегка вымесить и разделить пополам. Каждую половину раскатать в овал, ребром ладони наметить линию вдоль длинной стороны, отделяющую примерно треть от ширины, и завернуть узкий край теста на широкий.

4. Получившийся штоллен переложить на застеленный пергаментом противень, накрыть полотенцем и оставить для подъема еще на 30 минут. Выпекать в разогретой до 220 °С духовке в течение 15 минут, затем уменьшить нагрев до 180 °С и готовить еще 35–40 минут.

5. Горячий штоллен положить на деревянную доску, смазать большим количеством сливочного масла и густо обсыпать сахарной пудрой. Дать остыть, плотно завернуть в фольгу или пергамент и убрать в холодильник на 2–4 дня.

Состав

– 750 г пшеничной муки
– 2 пакетика (по 11 г) сухих дрожжей
– 200 мл молока
– 250 г сахара
– 500 г сливочного масла
– $^1/_2$ ч. л. цедры лимона
– 1 пакетик ванильного сахара
– Щепотка молотого мускатного ореха (по желанию)
– 1 ч. л. соли
– 80 мл рома
– 200 г изюма (смесь светлого и темного)
– 125 г миндаля
– 100 г разноцветных цукатов
– 200 г сахарной пудры

Совет

Оригинальной добавкой к стандартному набору цукатов может стать вяленая клюква: она не только украсит своим изумительным цветом разрез кекса, но и придаст штоллену некоторую кислинку, вполне уместную в «плотной» выпечке. А вместе с миндалем можно добавить в тесто орехи кешью. Любые подобные дополнения к праздничному пирогу только приветствуются.

Обед с овощами

Салат капрезе с зеленым маслом

Салат капрезе – гениальное изобретение поваров острова Капри. В этом салате воплотились все основные принципы итальянской кухни: легкость и скорость приготовления, простая красота в сочетании с безупречным вкусом и, что немаловажно, доступность необходимых продуктов в любой сезон. Конечно, летний капрезе, сделанный из нагретых солнцем, спелых и ароматных овощей, выиграет у зимнего варианта. С другой стороны, в самый разгар морозов один лишь взгляд на яркий красно-бело-зеленый салат порадует глаз. Если ассортимент продуктового магазина позволит, выбирайте помидоры и сыр примерно одного размера: например, если вы используете помидоры черри, то и моцареллу берите в виде самых маленьких шариков – «Чильеджини», а для помидоров среднего размера оптимальным выбор – моцарелла «Боккончини».

Способ приготовления

1. Отделить от стеблей листочки базилика, маленькие листочки отложить. Крупные листья поместить в блендер, туда же влить оливковое масло и бальзамический уксус и измельчить.

2. Помидоры вымыть, обсушить и нарезать кружками толщиной 3–4 мм. Сыр вынуть из рассола, промокнуть бумажными полотенцами и нарезать кружками примерно такой же толщины.

3. На сервировочной тарелке разложить, чередуя, ломтики помидоров, моцареллы и маленькие листочки базилика. Полить салат зеленым соусом, посолить и приправить перцем.

Состав

– 4 помидора среднего размера
– 4 шарика моцареллы среднего размера
– 6 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
– 1 ст. л. светлого бальзамического уксуса
– Небольшой пучок зеленого базилика
– Морская соль и крупномолотый черный перец по вкусу

Совет

Для любого салата лучше всего подходит моцарелла сорта «Буффало», приготовленная из молока черных буйволиц и обладающая нежной маслянистой консистенцией. Остальные сорта в основном изготовлены из коровьего молока и по вкусу сочетаются не со всеми салатами.

4 порции | 20 минут | низкая сложность | 166 ккал на порцию

Тыквенный суп с песто из петрушки

Если о большинстве блюд можно с уверенностью сказать, к кухне какого народа они принадлежат, или отнести их к каким-то географическим регионам, то тыквенный суп – настоящий «гражданин мира». Его готовят и едят повсеместно: в Азии, Европе, Америке и даже в Африке. Безусловно, в каждом регионе есть свои оригинальным рецепты супа из тыквы, и их вполне хватит на небольшую энциклопедию. Но у всех вариаций этого блюда есть общие черты: тыквенный суп всегда получается мягким, нежным и таким ярким, что в зимний сезон он сможет не только согреть вас, но и поднять вам настроение с помощью небольшого «курса» цветотерапии.

Состав

1. Произвольно нарезать тыкву, морковь, лук, чеснок и яблоко. Налить в кастрюлю с толстым дном 2 ст. л. оливкового масла и положить овощи. Посолить, добавить сахар и 1 ч. л. лимонного сока и обжарить, часто перемешивая, в течение 5–7 минут. Влить в кастрюлю 1,5 л горячей воды, уменьшить нагрев и готовить под крышкой 20 минут.

2. При помощи погружного блендера превратить суп в пюре. Влить сливки, приправить белым перцем и прогреть, не доводя до кипения. Можно немного разбавить суп до желаемой густоты кипятком.

3. Соединить оливковое масло, 1 ст. л. горячей воды, оставшийся лимонный сок, листья петрушки, кедровые орехи и щепотку соли и измельчить блендером в густое пюре. Разлить суп по тарелкам и в каждую положить соус песто из петрушки.

Способ приготовления

– 400 г мякоти тыквы
– 1 большая морковь
– 1 зеленое яблоко
– 1 крупная луковица шалота
– 1 зубчик чеснока
– 2 ст. л. лимонного сока
– 200 мл сливок жирностью 22%
– 1 ч. л. коричневого сахара
– 2 плюс 4 ст. л. оливкового масла
– Небольшой пучок петрушки
– 30 г кедровых орехов
– Соль и свежемолотый белый перец по вкусу

Совет

Классический соус песто готовят из зеленого базилика. В данном рецепте предложено использовать петрушку, но это исключительно дело вкуса. Вы можете также приготовить соус из базилика, кервеля, свежей мяты, сельдерея или эстрагона в произвольных пропорциях и сочетаниях – в тыквенном супе хороши будут любые пряные травы.

6 порций | 40 минут | средняя сложность | 126 ккал на порцию

Шашлычки из запеченных овощей с кускусом и йогуртовым соусом

Когда-то в давние времена кускус изготавливали так: выносливые магрибские женщины, усевшись в кружок и деловито позвякивая массивными браслетами, смачивали в воде натруженные ладони и скатывали крошечные желтоватые шарики из крупно смолотой пшеницы – еще не муки, но уже и не крупы. После этого кускус просушивался на жарком солнце и использовался как гарнир к мясным или овощным блюдам. Теперь кускус – уже не столь экзотичное блюдо. Производство крупы механизировано, она проходит обработку паром, поэтому процесс приготовления блюда занимает не более 3–5 минут – нужно лишь залить крупу кипятком и приправить по вкусу. Вкус самой крупы достаточно нейтрален, что позволяет совмещать ее практически с любыми продуктами: от ягод, орехов и фруктов до овощей, мяса, птицы и рыбы.

Способ приготовления

1. Для приготовления соуса отделить от стеблей листья пряных трав и мелко порубить. Соединить йогурт с оливковым маслом и лимонным соком, добавить травы и соль, приправить перцем и взбить вилкой. Накрыть пленкой и убрать в холодильник.

2. Кускус положить в кастрюлю, добавить лимонный сок, оливковое масло и соль и влить 300 мл кипятка. Накрыть и оставить в тепле.

3. Овощи вымыть. Перец разрезать на половинки, удалить семена. Каждую половинку разрезать вдоль на полоски шириной 2 см. Цукини, не очищая, разрезать поперек на столбики длиной 10 см, затем вдоль на 6–8 долек. Лук-шалот очистить и разрезать вдоль пополам, а если лук очень мелкий, оставить целые луковички. Кукурузу разрезать на кружки толщиной 2 см.

4. Приготовить маринад. Для этого смешать оливковое масло, лимонный сок, кленовый сироп, раздавленные семена кориандра, соль и перец. Подготовленные овощи положить в подходящую емкость и полить маринадом. Оставить в тепле на 30 минут. Нанизать на деревянные шампуры овощи: кукурузу, красный перец, лук-шалот, цукини, желтый перец. Положить на противень, застеленный пергаментом, полить маринадом и запечь в разогретой до 200 °C духовке в течение 20–25 минут. Разложить на тарелки кускус, рядом выложить по 2 шашлычка, отдельно

подать йогуртовый соус.

Состав

– 200 г кускуса
– 1 ст. л. оливкового масла
– 1 ч. л. лимонного сока
– Соль по вкусу

Для шашлычков

– 1 стручок красного сладкого перца
– 1 стручок желтого перца
– 1 цукини
– 4 луковицы шалота
– 1 початок вареной кукурузы
– 2 ст. л. оливкового масла
– 1 ст. л. лимонного сока
– 1 ч. л. кленового сиропа
– $^1/_2$ ч. л. кориандра
– Соль и перец по вкусу

Для соуса

– 200 мл натурального йогурта
– По несколько веточек кинзы, петрушки, зеленого базилика и мяты
– 2 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
– 1 ч. л. лимонного сока
– Морская соль и перец по вкусу

Совет

Для того чтобы деревянные шампуры не обгорели под грилем, необходимо предварительно замочить их в холодной воде не менее чем на 30 минут.

Капкейки «тирамису»

Модой на капкейки мир обязан Нью-Йорку. Они появились в XIX веке и настолько пришлись всем по вкусу, что выпекать их стали повсеместно и по самым разным поводам – от детских дней рождения до свадеб и новогодних праздников. По сути, капкейк – это просто маленький торт, размером с чашку, что видно из его названия (англ. cup – чашка, cake – торт). Во-первых, у него есть корж, выпекаемый в оболочке – специальной гофрированной формочке из вощеной бумаги. Во-вторых, он пропитан сиропом с алкоголем или без, на усмотрение повара. В-третьих, капкейк покрыт кремом: шоколадным, лимонным, банановым, малиновым, масляным или сливочным. И в-четвертых, он всегда нарядно украшен: шоколадными стружками, орехами, золотыми и серебряными сахарными шариками, марципановыми цветами, печеньями и конфетами. Капкейки, расставленные в многоярусной вазе, не только являются достойной заменой традиционному торту, но, как показывает практика, еще и вносят в праздничную атмосферу немалое оживление.

Способ приготовления

1. Растопить сливочное масло и охладить до комнатной температуры. Муку и разрыхлитель просеять. Взбить яйца с солью, сахаром и ванильным сахаром в крепкую пену. Добавить муку, перемешать, влить масло и снова взбить.

2. Бумажные стаканчики вставить в углубления специальной формы для маффинов и наполнить тестом не более чем на $^2/_3$. Разогреть духовку до 180 °C и поставить форму с тестом на решетку. Выпекать в течение 20 минут, проверить готовность деревянной зубочисткой: если она вынимается из середины кекса сухой, значит, он пропекся. Вынуть кексы из металлической формы на деревянную доску.

3. Смешать кофе с сахаром и коньяком. При помощи чайной ложки полить кексы кофейным сиропом и оставить охлаждаться.

4. Маскарпоне соединить со сливками и сахарной пудрой и тщательно перемешать. Украсить верхушки кексов кремом, выкладывая его ложкой или нанося узоры при помощи кондитерского мешка. Посыпать через ситечко какао-порошком. Готовые капкейки убрать в холодильник на 2–3 часа.

Состав

Для теста

– 200 г муки

– 150 г коричневого сахара
– 150 г сливочного масла
– 3 яйца
– 1 пакетик (11 г) ванильного сахара
– 1 пакетик (11 г) разрыхлителя для теста
– Щепотка соли

Для пропитки

– 100 мл свежезаваренного кофе
– 2 ч. л. сахара
– 3 ст. л. коньяка

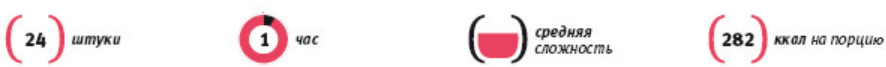
Для крема

– 200 г маскарпоне
– 200 мл сливок жирностью не менее 20%
– 100 г сахарной пудры
– Какао-порошок для посыпки

Совет

Для пропитки капкейков можно использовать любой сладкий сироп, например, из консервированных ананасов или концентрированный сливовый компот. Главное – не переусердствовать с пропиткой, чтобы кексы не размокли. Поэтому вполне достаточно будет одной чайной ложки жидкости на один кекс.

С алкоголем тоже возможны варианты: подойдет и ликер, и десертное вино, и светлый ром. Но если предполагается подавать капкейки на детский стол, то от алкоголя лучше отказаться.



Обед с рыбой

Карпаччо из тунца

Карпаччо было «изобретено» в Италии в 1950 году и названо в честь великого живописца раннего Возрождения Витторе Карпаччо, выставка которого проходила в Венеции в это же время. Надо сказать, что полотна мастера и цвет нового блюда перекликались по своей насыщенной цветовой гамме. Впервые карпаччо было приготовлено из сырой вырезки молодого бычка. Следуя этому рецепту, мясо нарезали тонкими как бумага ломтиками и мариновали в течение 20 минут в бальзамическом уксусе и оливковом масле с морской солью и крупномолотым черным перцем. Кулинарная мода на это изысканное, хотя и несколько непривычное для европейской кухни блюдо распространилась очень быстро, породив немало вариантов рецепта. В настоящее время карпаччо готовится из самых разных продуктов: грибов, свеклы, рыбы, морепродуктов, ну и по-прежнему из мяса. Неизменным остается только метод приготовления – тончайшая нарезка основного продукта.

Способ приготовления

1. Филе тунца ополоснуть холодной водой и обсушить бумажными полотенцами. Очень острым ножом нарезать рыбу тонкими ломтиками и уложить на тарелке в один ряд.

2. В небольшой пиале соединить оливковое масло, сок лайма, бальзамический уксус и взбить вилкой. Полить полученной смесью ломтики рыбы, приправить крупномолотым черным перцем и морской солью. Посыпать мелко нарезанным шнитт-луком и цедрой лайма и оставить для маринования на 30 минут.

3. Нарезать луковицу кольцами, ягоды клюквы перебрать и вымыть. Выложить на карпаччо кольца лука и клюкву, слегка сбрызнуть оливковым маслом и подавать на стол как холодную закуску.

Состав

– 200 г самого свежего филе тунца
– 1 ст. л. сока лайма
– 1 ст. л. светлого бальзамического уксуса
– 4 ст. л. оливкового масла «экстра вирджин»
– 1 бордовая луковица
– 1 ст. л. свежей клюквы
– Несколько перьев шнитт-лука
– $^1/_2$ ч. л. цедры лайма
– Щепотка крупной морской соли

– Крупномолотый черный перец

Совет

Для того чтобы легче было нарезать рыбу тонкими ломтиками, можно ненадолго – примерно на 20 минут – положить ее в морозильную камеру. Нож лучше выбрать с широким, длинным и, конечно, очень хорошо отточенным лезвием.

4 порции | 45 минут | низкая сложность | 147 ккал на порцию

Суп с креветками и гречневой лапшой

Лапша соба занимает почетное второе место после риса в рейтинге популярности японских продуктов, давно уже полюбившихся гурманам далеко за пределами Страны восходящего солнца. Продается эта лапша в аккуратных серобежевых пучках, а найти ее можно в любом супермаркете в отделе азиатских продуктов. Вкус у лапши – довольно нейтральный, поэтому она прекрасно сочетается с любыми продуктами, а в одной тарелке с креветками, имбирем и чили соба окажется в самом «выгодном» положении.

Способ приготовления

1. Приготовить овощной бульон. Для этого положить в кастрюлю произвольно нарезанные лук, чеснок, имбирь и морковь. Добавить кинзу, перец и лавровый лист. Влить холодную питьевую воду и довести до кипения на сильном огне. Уменьшить нагрев до минимального и готовить под крышкой 15 минут. Оставить еще на 15 минут настояться, после чего процедить бульон через сито.

2. Положить лапшу соба в кипящую подсоленную воду и варить 7 минут при слабом кипении. Отбросить на дуршлаг и промыть холодной водой.

3. Очистить стручки чили от семян и нарезать тонкими кружками. Креветки освободить от панциря. Зеленый лук нарезать наискосок тонкими ломтиками.

4. Процеженный бульон довести до кипения, влить соевый соус и положить креветки и чили. Готовить 5 минут на среднем огне, добавить лапшу и прогреть в течение 1 минуты. Разлить по тарелкам, в каждую добавить зеленый лук и ломтик лайма.

Состав

Для овощного бульона
– 1,2 л воды
– 1,5 см свежего имбиря
– 5 ст. л. соевого соуса
– 2 ст. л. сока лайма
– 1 морковь
– 1 луковица
– 2 зубчика чеснока
– Пучок кинзы
– 1 лавровый лист
– 5–6 горошин черного перца

– 16 королевских креветок
– Упаковка гречневой лапши соба
– 1 стручок чили
– Несколько перьев зеленого лука
– 1 лайм

Совет

Вместо гречневой можно сварить для супа и любую другую японскую лапшу, например рамэн или удон. Не забудьте прочитать инструкцию по приготовлению лапши, размещенную на пачке, поскольку у разных производителей время варки может отличаться.

4 порции | 35 минут | средняя сложность | 146 ккал на порцию

Стейк из форели со спаржей и голландским соусом

Если, решив приготовить стейки, вы отправитесь в магазин или на рынок и купите охлажденную рыбу целиком, это будет правильное решение, которое поможет вам немного сэкономить финансы, ведь из оставшихся после разделки хвоста и головы можно сварить замечательный рыбный суп. Но давайте остановимся на вопросе выбора рыбы. Итак, сначала оцените лед, в котором лежит рыба. Он должен представлять собой чистую, искрящуюся россыпь, оставляющую ощущение свежести. После этого обратите внимание на глаза рыбы: они должны быть выпуклыми и яркими, а не ввалившимися и тусклыми. Чешуя должна плотно прилегать, а не топорщиться, плавники и хвост – быть влажными и гибкими, а не ломкими и сухими. Не стесняйтесь и приподнимите жаберную крышку – жабры должны быть окрашены в яркий и чистый красный цвет. И главное – запах. Аромат качественной форели (как и семги, кижуча, нерки, горбуши, кеты и других лососевых рыб) похож на запах свежего огурца.

Способ приготовления

1. Стейки форели вымыть прохладной водой и обсушить бумажными полотенцами. Смазать каждый стейк оливковым маслом, полить лимонным соком, посолить и приправить перцем. Разложить стейки на противне, застеленном пергаментом и запекать в течение 20 минут в духовке, разогретой до 180 °С.

2. Срезать нижние концы стеблей спаржи. При помощи ножа для чистки овощей снять со стеблей грубую кожицу. Поместить спаржу в кастрюлю, влить небольшое количество воды – так, чтобы она только покрывала спаржу, посолить и отварить на сильном огне в течение 5 минут. Слить воду.

3. Приготовить голландский соус. Для этого в небольшую кастрюльку положить нарезанное кубиками масло и растопить его на маленьком огне. Оставить на 30 минут для охлаждения. В жаропрочной миске взбить желтки с солью, перцем и лимонным соком. Установить миску с желтками на водяную баню и влить сливочное масло и 2 ст. л. горячей воды. Готовить, продолжая взбивать соус, пока он не загустеет – примерно 10–15 минут. Снять с водяной бани, сохранять теплым.

4. Разложить на подогретые тарелки стейки из форели, рядом уложить спаржу и полить соусом.

Состав

– 4 стейка форели (по 180–200 г каждый)
– 400 г зеленой спаржи
– 2 желтка
– 200 г сливочного масла
– 1 ст. л. лимонного сока
– Соль и белый перец по вкусу

Совет

В идеале спаржу принято готовить в пароварке, и если позволяет конструкция пароварки, то лучше установить стебли вертикально, потому что верхушки спаржи готовятся быстрее, чем нижние части. Молодая и тонкая спаржа будет готова уже через 7–8 минут, а более взрослое растение – через 12–15 минут. Готовить спаржу надо деликатно и ни в коем случае не переваривать, она должна оставаться чуть хрустящей в середине.

Торт «полено»

На первый взгляд торт «полено» похож на обычный бисквитный рулет с кремом. Так в чем же особенность торта «полено» и как он получил свое необычное название? Появился он во Франции, а у древних кельтов, живших некогда на территории этой страны, существовал языческий обряд – в день зимнего солнцестояния сжигать в очаге дубовое полено, политое вином и маслом. И в XIX веке французские повара, с присущей им виртуозностью, обыграли эту древнюю традицию, «превратив» кельтское полено в такой вкусный и оригинальный торт, что даже строгая католическая церковь, памятуя о его первоначальном значении, не запрещала подавать его к рождественскому праздничному столу.

Способ приготовления

1. Взбить яйца с сахаром в стойкую пену. Добавить ванильный сахар и муку и снова взбить. Влить растопленное и охлажденное до комнатной температуры сливочное масло и перемешать. Застелить противень пергаментом и вылить тесто. Равномерно распределить лопаткой по всей площади противня и поставить в разогретую до 180 ˚С духовку. Выпекать 15–17 минут, до светло-желтого цвета. Вынуть корж из духовки и скрутить вместе с пергаментом в рулет, начиная с широкой стороны. Оставить до полного охлаждения.

2. Приготовить крем. Для этого положить в миску маскарпоне, творог, сметану, коньяк, сахарную пудру и молотые орехи и тщательно перемешать до получения однородной массы.

3. Приготовить пропитку коржа. Для этого смешать коньяк с водой и сахарной пудрой. Развернуть рулет, аккуратно отделить пергамент и полить пропиткой по всей поверхности. Смазать корж кремом и снова свернуть рулет. Срезать небольшие кусочки с концов рулета и прикрепить их при помощи деревянных зубочисток в виде сучков дерева к рулету.

4. Наломать шоколад на небольшие кусочки, положить в ковшик, влить сливки, добавить сливочное масло и сахарную пудру. Медленно нагревать на очень маленьком огне, постоянно помешивая и не допуская пригорания. Если же это покажется сложным, то лучше готовить на водяной бане. Смазать шоколадной глазурью «ствол» и «сучки» «полена» и нанести вилкой или деревянной палочкой разводы, имитирующие кору дерева. Охладить в течение 3 часов и подавать на стол.

Состав

Для коржа
– 5 яиц
– 200 г муки
– 200 г сахара
– 1 пакетик (11 г) ванильного сахара
– 100 г сливочного масла
Для пропитки
– 3 ст. л. коньяка
– 3 ст. л. кипяченой воды
– 1 ч. л. сахарной пудры
Для крема
– 200 г маскарпоне
– 100 г мягкого творога
– 2 ст. л. сметаны
– 2 ст. л. коньяка
– 4 ст. л. сахарной пудры
– 30 г молотых лесных орехов
Для глазури
– 100 г горького шоколада
– 4 ст. л. сливок
– 50 г сливочного масла
– 1 ст. л. сахарной пудры

Совет

Используйте только качественную бумагу для выпечки, она должна быть профессиональная, что обычно указывается на упаковке. Если же пергамент не самого лучшего качества и найти другой невозможно, то, не экономя, смажьте всю его поверхность растопленным сливочным маслом. Это единственная, но стопроцентная гарантия, что ваш бисквит не пригорит к пергаменту.

Благодарим за участие в фотосъемке и предоставленную посуду:

• Салон домашней утвари «Williams et Oliver» www.williams-oliver.ru
• Салон «Интерьерная лавка» www.in-lavka.ru
• Магазин «Императорский фарфор»
• Салон «DeLuxe Group» www.deluxinterior.ru
• Торговый центр «Жукоffка плаза»

Фотохудожник
Екатерина Моргунова